



**University of  
Zurich**<sup>UZH</sup>

**Zurich Open Repository and  
Archive**

University of Zurich  
University Library  
Strickhofstrasse 39  
CH-8057 Zurich  
[www.zora.uzh.ch](http://www.zora.uzh.ch)

---

Year: 2007

---

## **Auffrischkurse bei der Prävention von Beziehungsstörungen: Wer nimmt teil, wer profitiert?**

Schaer, M ; Bodenmann, Guy

**Abstract:** Hintergrund: Die Wirksamkeit von verhaltenstherapeutischen Paarinterventionen ist gut dokumentiert, die erlernten Kompetenzen und die verbesserte Partnerschaftszufriedenheit sind jedoch oftmals nicht von Dauer. Durch Auffrischungssitzungen konnten erste positive Ergebnisse bei der Stabilität der Effekte gemessen werden. Allerdings ist noch unklar, ob Paare, bei denen solche Auffrischkurse aufgrund eines hohen Trennungsrisikos indiziert wären, diese auch wirklich besuchen. Probanden und Methode: In der vorliegenden 2-Jahres-Längsschnittstudie besuchten Paare (N = 101) einen Basiskurs zur Prävention von Beziehungsstörungen (Couples Coping Enhancement Training, CCET) und konnten anschließend zu verschiedenen Zeitpunkten freiwillig an Auffrischkursen teilnehmen. Behandlungseffekte wurden mithilfe multivariater Varianzanalysen und Diskriminanzanalysen ausgewertet. Ergebnisse: Paare mit und ohne Auffrischkurse unterschieden sich bezüglich scheidungsrelevanter Variablen zu Beginn der Studie nicht wesentlich voneinander. Die Vorhersage, ob die Paare einen Auffrischkurs besuchen würden oder nicht, erwies sich als schwierig. Paare mit Auffrischkurs konnten allerdings die Verbesserungen nach dem Basiskurs länger aufrechterhalten. Innerhalb der Gruppe mit Auffrischkursen zeigte sich, dass die Paare, die erst den zweiten Termin für einen Auffrischkurs in Anspruch nahmen, höhere Werte in der Partnerschaftszufriedenheit und im dyadischen Coping aufwiesen, als die Paare, die den erstmöglichen Termin beanspruchten. Schlussfolgerung: Da viele Paare die Auffrischungssitzungen nicht besuchten, obschon dies indiziert gewesen wäre, müssen die Bemühungen verstärkt werden, diese Paare für die Teilnahme an Auffrischungssitzungen zu gewinnen

DOI: <https://doi.org/10.1159/000109995>

Other titles: Booster sessions in marital prevention programs: Who comes, who profits?

Posted at the Zurich Open Repository and Archive, University of Zurich

ZORA URL: <https://doi.org/10.5167/uzh-63719>

Journal Article

Published Version

Originally published at:

Schaer, M; Bodenmann, Guy (2007). Auffrischkurse bei der Prävention von Beziehungsstörungen: Wer nimmt teil, wer profitiert? Verhaltenstherapie, 17(4):251-260.

DOI: <https://doi.org/10.1159/000109995>

# Auffrischkurse bei der Prävention von Beziehungsstörungen: Wer nimmt teil, wer profitiert?\*

Marcel Schaer · Guy Bodenmann

Universität Fribourg, Schweiz

## Schlüsselwörter

Auffrischkurs · Boostersession · Eheprobleme · Prävention · Partnerschaft · Intervention

## Zusammenfassung

**Hintergrund:** Die Wirksamkeit von verhaltenstherapeutischen Paarinterventionen ist gut dokumentiert, die erlernten Kompetenzen und die verbesserte Partnerschaftszufriedenheit sind jedoch oftmals nicht von Dauer. Durch Auffrischungssitzungen konnten erste positive Ergebnisse bei der Stabilität der Effekte gemessen werden. Allerdings ist noch unklar, ob Paare, bei denen solche Auffrischkurse aufgrund eines hohen Trennungsrisikos indiziert wären, diese auch wirklich besuchen. **Probanden und Methode:** In der vorliegenden 2-Jahres-Längsschnittstudie besuchten Paare (N = 101) einen Basiskurs zur Prävention von Beziehungsstörungen (Couples Coping Enhancement Training, CCET) und konnten anschließend zu verschiedenen Zeitpunkten freiwillig an Auffrischkursen teilnehmen. Behandlungseffekte wurden mithilfe multivariater Varianzanalysen und Diskriminanzanalysen ausgewertet. **Ergebnisse:** Paare mit und ohne Auffrischkurse unterschieden sich bezüglich scheidungsrelevanter Variablen zu Beginn der Studie nicht wesentlich voneinander. Die Vorhersage, ob die Paare einen Auffrischkurs besuchen würden oder nicht, erwies sich als schwierig. Paare mit Auffrischkurs konnten allerdings die Verbesserungen nach dem Basiskurs länger aufrechterhalten. Innerhalb der Gruppe mit Auffrischkursen zeigte sich, dass die Paare, die erst den zweiten Termin für einen Auffrischkurs in Anspruch nahmen, höhere Werte in der Partnerschaftszufriedenheit und im dyadischen Coping aufwiesen, als die Paare, die den erstmöglichen Termin beanspruchten. **Schlussfolgerung:** Da viele Paare die Auffrischungssitzungen nicht besuchten, obschon dies indiziert gewesen wäre, müssen die Bemühungen verstärkt werden, diese Paare für die Teilnahme an Auffrischungssitzungen zu gewinnen.

## Key Words

Booster session · Marital distress · Prevention · Couples · Intervention

## Summary

*Booster Sessions in Marital Prevention Programs: Who Comes, Who Profits?*

**Background:** The efficacy of marital distress prevention programs is well documented. Yet, acquired skills and the improved marital satisfaction often do not remain stable over time. Booster sessions were shown to be effective to maintain the effects of such programs. Nevertheless, it is unknown if couples that are at increased risk to separate and would therefore require booster sessions most, in fact attend them. **Participants and Methods:** In this 2-year longitudinal study, 101 couples participated in a marital distress prevention program (Couples Coping Enhancement Training, CCET) and were given the opportunity to voluntarily participate in subsequent booster sessions at different points in time. Treatment effects were analyzed by means of Manovas and discriminant analyses. **Results:** Prediction of the attendance to booster sessions proved to be difficult. Yet, couples who attended booster sessions could maintain the positive effects of the training for longer periods of time. Among the group that attended the booster sessions, it appeared that those couples who had engaged in the second wave of booster sessions, scored higher on relationship satisfaction and dyadic coping, compared to those couples who had participated in the first wave of booster sessions already. **Conclusion:** As many couples did not participate in any of the booster sessions, even though this might have been good advice, efforts should be increased to encourage couples to participate in booster sessions.

\*Die Studie wurde vom Schweizerischen Nationalfonds (Projekt Nr. 114-046820.96/1) finanziell unterstützt.

## Einführung

Die Wirksamkeit von kognitiv-behavioralen Interventionen im Rahmen der Prävention und Therapie bei Paaren ist gut dokumentiert [vgl. Metaanalysen von Shadish und Baldwin, 2003, 2005]. Die Studien zeigen, dass durch eine zeitlich begrenzte Intervention für eine gewisse Zeit (meistens Follow-up-Studien zwischen 6 Monaten und 1 Jahr) positive Veränderungen in den erlernten Kompetenzen und der Partnerschaftszufriedenheit erzielt werden können. Längere Follow-up-Untersuchungen zeigen dagegen, dass diese Verbesserungen selten über die Zeit stabil bleiben [Bodenmann et al., 2006a; Carlson und Ellis, 2004; Christensen et al., 2006; Christensen und Heavey, 1999], und nur wenige Studien untersuchen die Frage, wie diese Kompetenzveränderungen im Paar längerfristig aufrechterhalten werden können [Braukhaus et al., 2003].

Eine Möglichkeit, die erlernten Paarkompetenzen im Alltag zu bewahren, ist der Besuch von Auffrischungssitzungen. Dies sind Sitzungen, die nach Ende der Intervention erfolgen und dazu dienen, die erlernten Kompetenzen zu stärken und aufzufrischen. Diese Strategie wird im individuellen therapeutischen Setting seit längerer Zeit eingesetzt und hat sich größtenteils bewährt [z.B. Whisman, 1990]. Im Rahmen verhaltenstherapeutischer Paarinterventionen wurden Auffrischkurse erfolgreich bei Therapien mit Suchtpatienten und ihren Partnern eingesetzt [O'Farrell et al., 1998].

Auch bei Paarinterventionen zur Prävention von Beziehungsstörungen wurden positive Effekte von Auffrischkursen festgestellt. Diese führten 6 Monate [Ryan, 2001] respektive 1 Jahr nach der Intervention [Braukhaus et al., 2001, 2003] zu einer Verbesserung der Effektivität des Trainings. Bei den Paaren mit Auffrischkursen konnten eine deutliche Steigerung der Partnerschaftsqualität und eine Reduktion der Konfliktbelastung gemessen werden [Braukhaus et al., 2001, 2003].

In den bisherigen Studien wurde die Wirksamkeit (Efficacy) der Auffrischkurse jeweils mittels einer randomisierten Zuteilung der Teilnehmer auf die verschiedenen Gruppen untersucht, wobei die Auffrischkurse einen festen Bestandteil der Basisintervention darstellten. Da Störvariablen so am besten kontrolliert werden können, sind solche randomisiert-kontrollierte Studien der goldene Standard in der Therapieevaluationsforschung. Allerdings hat dieses Vorgehen eine Reihe von Nachteilen [z.B. Kriz, 2004; Lincoln et al., 2005; Tschuschke, 2005]. Es berücksichtigt z.B. nicht, für welche Bedingung sich die Probanden in einer natürlichen, außerexperimentellen Situation von sich aus entschieden hätten. Da jedoch solche Auffrischkurse für Paare in der Praxis höchstens als Zusatz angeboten werden, ist für die Beurteilung ihrer Praxistauglichkeit [vgl. Begriff der «effectiveness» von Seligman, 1995], neben dem Nachweis der Wirksamkeit, auch wichtig zu wissen, ob sie überhaupt und von wem sie besucht werden. Denn auch die effektivsten Auffri-

schungssitzungen können bei mangelndem Interesse der Zielgruppe, in diesem Fall Paaren mit hohem Trennungsrisiko, nicht die erwünschte Wirkung erzielen.

Die vorliegende Studie untersucht, ob sich Paare, die an Wiederholungskursen teilnehmen, von Paaren, die nicht an Wiederholungskursen teilnehmen, bezüglich Variablen, die mit Trennung assoziiert sind, unterscheiden. Als relevante Risikovariablen für eine Trennung werden in der Literatur unter anderem ein hohes allgemeines Stressniveau, eine geringe Partnerschaftszufriedenheit, geringes Einkommen, geringes Alter [z.B. Karney und Bradbury, 1995] und mangelnde Fertigkeiten im dyadischen Coping diskutiert [Bodenmann, 2006]. In die Analysen wurden als weitere möglicherweise relevante Variablen auch die Partnerschaftsdauer und die Anwendungshäufigkeit der erlernten Elemente einbezogen.

Für den Vergleich zwischen Paaren mit und ohne Auffrischkursen sind bezüglich jeder Variable grundsätzlich drei verschiedene Ergebnismuster möglich [vgl. Sullivan und Bradbury, 1997]: Gemäß dem *Kompensationsmodell* nehmen vor allem Paare mit hohem Scheidungsrisiko an Auffrischkursen teil. Gemäß dem *Maximierungsmodell* besuchen dagegen vor allem diejenigen Paare Auffrischkurse, die sich konstant um die Pflege und Optimierung ihrer Beziehung bemühen und ein geringes Risiko für Partnerschaftsprobleme mit sich bringen. Gemäß dem *Nullmodell* würden sich Paare mit und ohne Auffrischkurse nicht voneinander unterscheiden. Hier gäbe es also keine eindeutigen Prädiktoren, welche Paare solche Angebote in Anspruch nehmen und welche nicht. Dieses Modell wäre nicht problematisch, wenn insgesamt sehr viele Paare Auffrischkurse in Anspruch nähmen, da in diesem Fall auch viele Risikopaare die Möglichkeit einer weiteren Festigung ihrer Paarkompetenzen beanspruchten. Sullivan und Bradbury [1997] fanden in ihren Untersuchungen bezüglich der freiwilligen Inanspruchnahme von präventiven Paarinterventionen vor allem das Maximierungs- und das Nullmodell bestätigt. Eine Überprüfung dieser drei Modelle im Rahmen von Auffrischkursen erfolgte bislang nicht.

### Zu untersuchende Fragen

1a. Lässt sich mittels der genannten Prädiktoren zum Prä- und Post-Zeitpunkt vorhersagen, welche Paare nach dem Basiskurs einen Auffrischkurs besuchen?

Möglicherweise unterscheiden sich Paare mit und ohne Auffrischkurse nicht, respektive nicht nur in den Prä- und Postwerten. Es ist anzunehmen, dass Paare von zusätzlichen Auffrischkursen profitieren, indem sie die positiven Veränderungen, die durch den Basiskurs erreicht wurden, länger aufrechterhalten können.

1b. Unterscheiden sich Paare mit und ohne Auffrischkurse in den relevanten Risikovariablen im Verlauf des Untersuchungszeitraums von 2 Jahren?

Auch innerhalb der Gruppe mit Auffrischkursen könnten sich die Paare nach den oben genannten Modellen richten.

Das heißt, Paare, welche ungünstigere Werte in den scheidungsrelevanten Variablen aufweisen, würden gemäß dem Kompensationsmodell früher und häufiger Auffrischkurse besuchen als Paare mit günstigen Werten. In einem zweiten Schritt wurden somit die Paare mit Auffrischungssitzungen differenzierter untersucht. Hier ist die Frage, ob sich Paare in den relevanten Risikovariablen unterscheiden, je nachdem wann und wie oft sie Auffrischkurse besuchen.

2a. Mit welchen Risikovariablen zum Prä- und Post-Zeitpunkt lässt sich die Gruppenzugehörigkeit innerhalb der Paare mit Auffrischungssitzungen vorhersagen?

2b. Unterscheiden sich Paare in den relevanten Variablen im Laufe des Untersuchungszeitraum von 2 Jahren, je nachdem wann und wie oft sie Auffrischkurse besuchten?

## Methoden

### Stichprobe

An der Intervention nahmen 122 Paare teil. Die Dropout-Rate über den gesamten Verlauf der Studie von 2 Jahren betrug 17% (21 Paare). In die vorliegenden Analysen wurden somit die Daten von 101 Paaren einbezogen, wovon 37 Paare (37%) an Auffrischkursen teilnahmen. 10 Paare (28%) besuchten nur den ersten, 14 (38%) nur den zweiten und 13 Paare (35%) besuchten beide Auffrischkurse. Das Durchschnittsalter der Männer betrug 41,3 Jahre ( $SD = 7,5$ ; Range 25–60), die Frauen waren im Mittel 39,2 Jahre alt ( $SD = 7,5$ ; Range 22–62). Die Mehrzahl der Paare war verheiratet (77%). Die durchschnittliche Beziehungsdauer betrug zum Erhebungszeitpunkt 13,8 Jahre ( $SD = 8,8$ ; Range 0,9–42). Von den untersuchten Paaren hatten 75% Kinder. Die Probanden hatten eine durchschnittliche bis höhere Schulbildung (Männer: Hochschule = 44,2%, Mittelschule = 17,9%, Berufslehre = 33,7%, Hauptschule = 4,2%; Frauen: Hochschule = 25,8%, Mittelschule = 27,8%, Berufslehre = 34%, Hauptschule = 12,4%). Die Partnerschaftszufriedenheit [PFB; Hahlweg, 1996] vor der Intervention lag bei den Frauen im Mittel bei 57,4 ( $SD = 11,9$ ; Range 30–83), bei den Männern im Mittel bei 55,5 ( $SD = 11,7$ ; Range 26–78). 49% aller Paare wiesen eine niedrige Zufriedenheit in der Partnerschaft auf (gemäß Cutoff-Wert von Hahlweg [1996]), davon besuchten 38,8% (19 Paare) einen Auffrischkurs. Von den 51% der zufriedenen Paare nahmen 34,6% (18 Paare) an mindestens einem Auffrischkurs teil. Somit gaben von den Paaren mit Auffrischungssitzungen fast 50% einen PFB-Wert unter dem Cutoff einer zufriedenen Partnerschaft an.

Die Stichprobenrekrutierung zur Teilnahme an der Studie erfolgte durch das Institut für Familienforschung und -beratung der Universität Fribourg, Schweiz, anhand von Zeitungsartikeln und -inseraten. Obschon die Ausschreibung der Studie im Sinne der universellen Prävention alle Paare ansprechen sollte, haben sich schließlich vor allem Paare angemeldet, die aufgrund der niedrigen Partnerschaftszufriedenheit sensibilisiert für Partnerschaftsprobleme waren (indizierte Prävention).

### Untersuchungsdesign

Die vorliegende Studie umfasste mit 5 Messzeitpunkten einen Zeitraum von 2 Jahren: Prä-Test (2 Wochen vor der Basisintervention), Post-Test (2 Wochen nach der Basisintervention), Follow-up 1 (nach 6 Monaten), Follow-up 2 (nach 1 Jahr) und Follow-up 3 (nach 2 Jahren). Nach der Basisintervention wurde allen Paaren schriftlich mitgeteilt, dass sie die Möglichkeit hätten, an einem oder mehreren Auffrischkursen (nach 3–6 Monaten und/oder nach 9–12 Monaten) teilzunehmen.

### Fragebögen

**Demographische Angaben:** Als Hintergrundinformationen wurden Alter, Geschlecht, Zivilstand, Beziehungsdauer, Kinderzahl, Ausbildung, Beruf und Beschäftigungsgrad erfasst.

**Partnerschaftsfragebogen (PFB):** Der PFB [Hahlweg, 1996] (31 Items; 4-stufige Likertskala) dient zur Erfassung der Partnerschaftszufriedenheit. Die interne Konsistenz ist gut bis sehr gut (Gesamtwert Cronbachs  $\alpha = 0,95$ ). Die Retest-Reliabilität über 6 Monate liegt zwischen ausreichend und gut (Gesamtwert  $\alpha = 0,85$ ). Ein Gesamtwert im PFB von  $>54$  gilt als Cutoff-Wert für eine zufriedenstellende Partnerschaft, Werte darunter deuten auf eine unbefriedigende Partnerschaft hin.

**Dyadisches Coping (FDCT-N):** Um den dyadischen Umgang der Paare mit Stress zu erfassen, wurde der FDCT-N von Bodenmann [2000b] verwendet (41 Items; 5-stufige Likertskala). Bei diesem werden Verhaltensweisen der einzelnen Partner, aber auch gemeinsame Verhaltensweisen des Paares erfasst. Die interne Konsistenz ( $\alpha = 0,66$ – $0,94$ ) und die Retest-Reliabilität ( $\alpha = 0,63$ – $0,83$ ) sind befriedigend bis gut. Der Fragebogen wurde vor Kurzem in einer verbesserten, leicht gekürzten Version und unter neuem Namen publiziert [DCI, dyadisches Coping Inventar; Bodenmann, 2007].

**Fragebogen zum Allgemeinen Stressniveau (ASN):** Der ASN [Bodenmann, 2000b] (17 Items; 5-stufige Likertskala) erfasst den aktuellen Stress in verschiedenen Bereichen (z.B. Wohlbefinden, soziale Kontakte usw.) in Bezug auf seine aktuelle Belastung hin (d.h. innerhalb der letzten Woche). Cronbachs Alpha der Gesamtskala beträgt  $\alpha = 0,84$ .

**Fragebogen zur Anwendungshäufigkeit:** Die Anwendungshäufigkeit wurde erfasst, indem nachgefragt wurde, welche der gelernten Trainingselemente die Paare nach dem Kurs noch anwenden und wie oft (13 Items; 4-stufige Likertskala von «gar nicht» bis «meistens»).

### Intervention

Als Basisintervention wurde das Freiburger Stresspräventionstraining für Paare (FSPT) von Bodenmann [2000a] eingesetzt. Grundlage des FSPT ist das dyadische Coping, ein systemisch-prozessualer Ansatz zur Bewältigung von Stress in der Partnerschaft [Bodenmann, 2000b]. Das Training wird üblicherweise an einem Wochenende (16 Stunden) als Gruppenkurs angeboten und umfasst sechs Module: 1. Was ist Stress? 2. Individueller Umgang mit Stress, 3. Stressbewältigung als Paar, 4. Kommunikation in der Partnerschaft, 5. Gerechtigkeit und Fairness, 6. Effektive Problemlösung. Die Wirksamkeit des FSPT wurde in mehreren Längsschnittuntersuchungen nachgewiesen [z.B. Bodenmann et al., 2006b; Bodenmann und Shantinath, 2004], wobei die partnerschaftlichen Kompetenzen (z.B. dyadisches Coping), aber auch die Partnerschaftszufriedenheit bis zu 1 Jahr nach der Intervention signifikant verbessert waren. 2 Jahre nach der Intervention wurden abgeschwächte Effekte beobachtet. Als Ergänzung zum Training und zur Stabilisierung der erreichten Verbesserungen wurden 1-tägige Auffrischkurse konzipiert, welche wiederum als Gruppenkurse angeboten wurden. Neben einer kurzen Wiederholung der wichtigsten theoretischen Inhalte (individuelle und gemeinsame Stressbewältigung), wurden pro Paar drei Kommunikationsübungen durchgeführt. Die Paare konnten über eine paarexterne oder -interne Belastung sprechen und wurden dabei durch lizenzierte Trainer gecoacht (1 Trainer auf 2 Paare). Für das Basistraining zahlten die Paare 200,- EUR, für die nachfolgenden Auffrischkurse je 100,- EUR. Sowohl die Stresspräventionskurse als auch die Auffrischungssitzungen wurden von erfahrenen und langjährigen FSPT-Trainer durchgeführt (in der Regel Psychologen).

## Ergebnisse

Die Darstellung der Ergebnisse erfolgt in der Reihenfolge der oben genannten Fragen. Mittels einer schrittweisen Diskriminanzanalyse wurde überprüft, ob die Zugehörigkeit zu den



**Tab. 1.** Akkuratheit der Klassifikation durch die ermittelte Diskriminanzfunktion

Beobachte Gruppen- zugehörigkeit	n	Vorhergesagte Gruppenzugehörigkeit				
		AK nein	AK ja	1. AK	2. AK	1. und 2. AK
<i>a) Gruppenzugehörigkeit zwischen Paaren mit und ohne AK<sup>a</sup></i>						
AK nein	63	37 (58%)	26	–	–	–
AK ja	37	12	25 (68%)	–	–	–
<i>b) Gruppenzugehörigkeit innerhalb der Paare mit AK<sup>b</sup></i>						
1. AK	10	–	–	7 (70%)	1	2
2. AK	14	–	–	3	9 (64%)	2
Beide AK	13	–	–	2	3	8 (62%)

AK = Auffrischkurs.

<sup>a</sup> 62,0% der ursprünglich gruppierten Fälle wurden korrekt klassifiziert (Zufall 50%).

<sup>b</sup> 64,9% der ursprünglich gruppierten Fälle wurden korrekt klassifiziert (Zufall 33,3%).

Gruppen (Fragen 1a und 2a) durch die Werte vor und direkt nach dem Basiskurs (Prä und Post) vorhergesagt werden kann. Bei Frage 1a hätte auch eine schrittweise logistische Regression durchgeführt werden können, allerdings nicht bei Frage 2a (wegen der kategorialen abhängigen Variablen). Für die Berechnung der Analyse wurden als Prädiktoren die Partnerschaftsqualität (PFB-Gesamtscore), das dyadische Coping (FDCT-N-Gesamtscore), das allgemeine Stressniveau, die Anwendungshäufigkeit sowie demographische Variablen (Alter, Partnerschaftsdauer, Einkommen) zu den Messzeitpunkten Prä und Post jeweils für Mann und Frau eingeführt. Für die anschließenden Verlaufsanalysen (Fragen 1b und 2b) wurden multivariate Varianzanalysen mit Messwiederholung durchgeführt (Within-Faktoren: Geschlecht und Zeit; Between-Faktor: Gruppe) und die dazugehörigen Effektgrößen (Cohens d) zwischen und innerhalb der Gruppe berechnet.

#### 1a. Vorhersage der Gruppenzugehörigkeit

Um die Zugehörigkeit zur Gruppe mit und ohne Auffrischkurse vorherzusagen, wurde in die resultierende Funktion der schrittweisen Diskriminanzanalyse lediglich die Variable «allgemeines Stresslevel (ASN)» des Mannes (E: 1,00) vor dem Basiskurs (Prä-Messung) einbezogen. Die damit aufgeklärte Varianz (6%) ist allerdings sehr gering. Aufgrund der Werte vor und nach dem Basiskurs (Prä und Post) kann somit nicht gut vorhergesagt werden, ob die Paare einen Auffrischkurs besuchen oder nicht (kanonische Korrelation  $R = 0,25$ ;  $\lambda = 0,94$ ,  $\chi^2 (1 / 101) = 6,42$ ;  $p = 0,01$ ; 62% der Fälle korrekt zugeordnet; Zuordnung per Zufall: 50%;  $Z = 2,4$ ;  $p > 0,05$ ) (Tab. 1a).

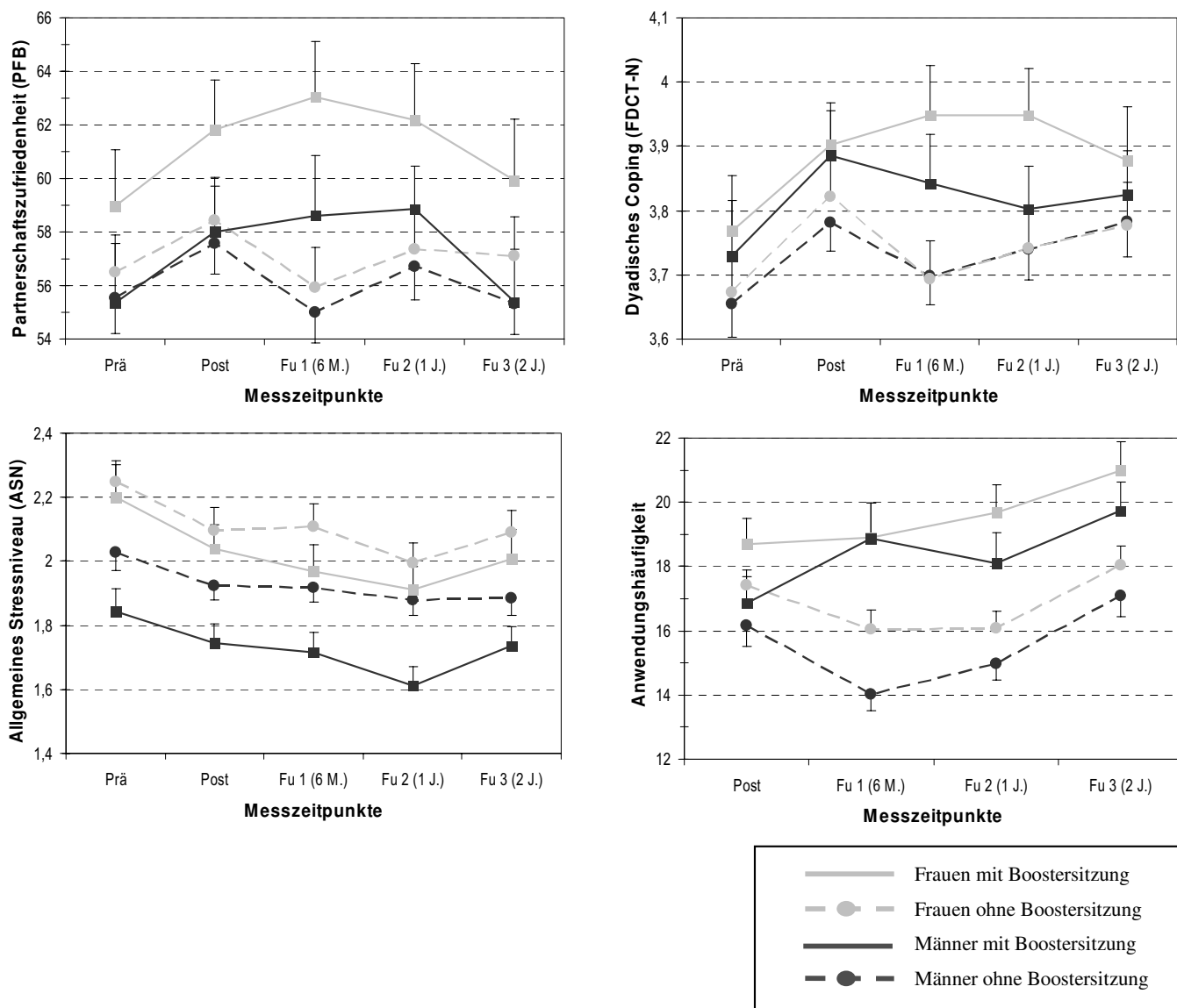
#### 1b. Unterschiede im Verlauf zwischen Paaren mit und ohne Auffrischkursen

**Partnerschaftszufriedenheit und dyadisches Coping:** Die Partnerschaftszufriedenheit stieg direkt nach dem Basiskurs für alle Paare signifikant an (Prä – Post:  $F (1/99) = 12,42$ ;  $p > 0,01$ ; Abb. 1), Paare mit und ohne Auffrischkurse unterschieden sich dabei nicht voneinander. Ein signifikanter Interak-

tionseffekt (Zeit  $\times$  Gruppe) zwischen den Gruppen wurde zwischen Prä resp. Post und dem ersten Follow-up nach 6 Monaten und für die Frauen bis zum zweiten Follow-up nach 12 Monaten gefunden (Tab. 2). Im Gegensatz zu Paaren mit Auffrischkursen konnten Paare ohne Auffrischkurse die Verbesserung in der Partnerschaftszufriedenheit, die nach dem Grundkurs (Prä und Post) gemessen wurde, nicht über längere Zeit aufrechterhalten. Bei den Frauen zeigte sich das gleiche Muster im dyadischen Coping: Während die Frauen mit Auffrischkursen einen Anstieg des dyadischen Copings angaben, reduzierte sich dieses bei den Frauen ohne Auffrischkurs wiederum (Tab. 2). Nach 1 Jahr verschlechterten sich allerdings auch die Paare mit Auffrischkursen wieder, so dass nach 2 Jahren kein signifikanter Zeit  $\times$  Gruppeneffekt mehr gemessen werden konnte. Das heißt, Paare mit und ohne Auffrischkurse unterschieden sich zwar im Verlauf der 2 Jahre, aber nicht zu Beginn und zum Ende des Untersuchungszeitraums (Tab. 2; Einzelvergleich PFB Prä: Männer  $F (1/99) = 0,00$ ,  $p = \text{n.s.}$ ; Frauen:  $F (1/99) = 1,0$ ,  $p = \text{n.s.}$ ; Follow-up 3: Männer  $F (1/99) = 0,00$ ,  $p = \text{n.s.}$ ; Frauen:  $F (1/99) = 1,22$ ,  $p = \text{n.s.}$ ; FDCT-N Prä: Männer  $F (1/99) = 0,64$ ,  $p = \text{n.s.}$ ; Frauen:  $F (1/99) = 0,80$ ,  $p = \text{n.s.}$ ; Follow-up 3: Männer  $F (1/99) = 0,40$ ,  $p = \text{n.s.}$ ; Frauen:  $F (1/99) = 0,24$ ,  $p = \text{n.s.}$ ).

**Stressniveau:** Männer, die keinen Auffrischkurs besuchten, gaben signifikant mehr Stress an als Männer mit Auffrischkursen. Bei den Frauen konnte kein Gruppeneffekt beobachtet werden, sie gaben aber insgesamt mehr Stress an als die Männer (Tab. 2).

**Anwendungshäufigkeit:** Paare mit Auffrischkursen wendeten die erlernten Elemente häufiger an als Paare ohne Wiederholungskurse. Bei Frauen konnte dieser Unterschied bereits direkt nach dem Basiskurs gemessen werden (Einzelvergleich Post: Männer:  $F (1/99) = 0,42$ ,  $p = \text{n.s.}$ ; Frauen:  $F (1/99) = 2,14$ ,  $p > 0,10$ ). Während die Anwendungshäufigkeit bei den Paaren ohne Auffrischkurs nach der Post-Messung eher abnahm, gaben die Paare mit Auffrischkursen an, die erlernten Elemente vermehrt anzuwenden (Tab. 2).



**Abb. 1.** Verlauf von Partnerschaftszufriedenheit, dyadischem Coping, allgemeinem Stressniveau und Anwendungshäufigkeit ( $M \pm SD$ ).

**Demographische Variablen:** Gruppenunterschiede bezüglich der Ehe- ( $F(1/99) = 1,66$ ,  $p = n.s.$ ) respektive Partnerschaftsdauer ( $F(1/99) = 1,12$ ,  $p = n.s.$ ) wurden nicht gefunden. Paare mit Auffrischkursen waren jedoch älter (Männer:  $F(1/99) = 3,20$ ,  $p > 0,05$ ; Frauen:  $F(1/99) = 3,99$ ,  $p > 0,05$ ) und gaben tendenziell ein höheres Einkommen an (Männer:  $F(1/99) = 2,5$ ,  $p > 0,10$ ; Frauen:  $F(1/99) = 5,49$ ,  $p > 0,05$ ).

#### 2a. Vorhersage der Gruppenzugehörigkeit der Paare mit Auffrischkursen

Wie die vorhergehenden Analysen zeigten, unterschieden sich die Gruppen nicht bei der Prä- und Postmessung, sondern erst im späteren Verlauf. In einem zweiten Schritt wurde untersucht, ob sich Paare mit Auffrischungssitzungen unterscheiden, je nachdem wann und wie oft sie an Auffrischkursen teilnahmen (Tab. 3 und 4).

Für die Voraussage der Gruppenzugehörigkeit innerhalb von Paaren mit Auffrischkursen wurden die gleichen Parameter verwendet wie bereits für die Vorhersage der Gruppenzugehörigkeit von Paaren mit und ohne Auffrischkursen. Als Ergebnis der schrittweisen Diskriminanzanalyse wurden in die Regressionsfunktion die Partnerschaftsqualität ( $E_1: 0,946$ ;  $E_2: -0,455$ ) und das allgemeine Stressniveau ( $E_1: 0,721$ ;  $E_2: -0,763$ ) der Frau vor dem Basiskurs (Prä) aufgenommen. Insgesamt konnten hier 64,9% aller Fälle korrekt zugeordnet werden (Zufall: 33,3%;  $Z = 4,06$ ;  $p > 0,01$ ) (Tab. 1b), die aufgeklärte Varianz liegt bei 28%. Durch die beiden Prädiktoren gelingt eine signifikante Trennung zwischen den Gruppen (Funktion 1 bis 2:  $\lambda = 0,67$ ,  $\chi^2(4/37) = 13,32$ ,  $p = 0,01$ ; Funktion 2:  $\lambda = 0,94$ ,  $\lambda^2(1/37) = 2,18$ ,  $p = 0,14$ ).

Da hier drei Gruppen vorhergesagt werden, resultieren zwei Funktionen. Die erste Funktion trennt vor allem zwischen

**Tab. 2. a** Multivariate Varianzanalyse und Kontraste (F-Statistik, Effektgröße und p-Wert) mit Within-Faktoren Geschlecht und Zeit und dem Between-Faktor Gruppe (Auffrischkurse AK: ja oder nein), **b** Effektgrößen (Cohens d) für Unterschiede zwischen Gruppen, **c** Effektgrößen (Cohens d) für Unterschiede innerhalb Gruppen

<b>a</b> Multivariate Varianzanalyse		PFB		FDCT-N		ASN		Anwendung	
		F	$\eta^2$	F	$\eta^2$	F	$\eta^2$	F	$\eta^2$
	Haupteffekt Zeit <sup>a</sup>	4,092**	0,040	6,142***	0,058	13 866***	0,137	2,636*	0,065
	Haupteffekt Gruppe	2,019°	0,020	2,588°	0,025	3,901*	0,043	7,900**	0,172
	Haupteffekt Geschlecht	7,530**	0,071	1,154	0,012	31 527***	0,266	0,323	0,008
	Gruppe × Geschlecht	2,596°	0,026	0,661	0,007	1,858	0,021	0,461	0,012
	Zeit × Geschlecht	0,442	0,004	0,518	0,721	0,731	0,008	2,668*	0,066
Mann	Haupteffekt Zeit <sup>a</sup>	3,574**	0,035	4,908***	0,047	6,802***	0,073	7,253***	0,068
	Haupteffekt Gruppe <sup>a</sup>	0,367	0,004	1,201	0,012	7,876**	0,083	9,96***	0,091
	Zeit × Gruppe <sup>b, c</sup>	1,608°	0,016	0,715	0,007	0,704	0,008	5,808***	0,055
	– Prä – Post <sup>a</sup>	0,134	0,001	0,162	0,002	0,008	0,000	–	–
	– Prä – Follow-up 1 <sup>a</sup> (6 M.)	5,098*	0,049	1,060	0,011	0,041	0,000	18 453*** <sup>d</sup>	0,157 <sup>d</sup>
	– Prä – Follow-up 2 <sup>a</sup> (1 J.)	1,587	0,016	0,035	0,000	1,116	0,013	3,183* <sup>d</sup>	0,031 <sup>d</sup>
	– Prä – Follow-up 3 <sup>a</sup> (2 J.)	0,015	0,000	0,181	0,002	0,197	0,002	0,215 <sup>d</sup>	0,002 <sup>d</sup>
Frau	Haupteffekt Zeit <sup>a</sup>	2,447*	0,024	3,968**	0,039	10 003***	0,103	5,058**	0,049 <sup>d</sup>
	Haupteffekt Gruppe <sup>a</sup>	3,615*	0,035	2,974	0,029	0,776	0,009	12,80***	0,115 <sup>d</sup>
	Zeit × Gruppe <sup>b, c</sup>	2,295*	0,023	1,974°	0,020	0,359	0,004	1,538	0,015
	– Prä – Post <sup>a</sup>	0,336	0,003	0,037	0,000	0,011	0,000	–	–
	– Prä – Follow-up 1 <sup>a</sup> (6 M.)	6,510**	0,062	3,413*	0,033	0,920	0,010	1,992° <sup>d</sup>	0,020 <sup>d</sup>
	– Prä – Follow-up 2 <sup>a</sup> (1 J.)	2,058°	0,020	1,711°	0,017	0,161	0,002	0,484 <sup>d</sup>	0,005 <sup>d</sup>
	– Prä – Follow-up 3 <sup>a</sup> (2 J.)	0,037	0,000	0,006	0,000	0,148	0,002	0,352 <sup>d</sup>	0,004 <sup>d</sup>
<b>b</b> Effektgröße zwischen Gruppen		PFB mit vs. ohne AK		FDCT-N mit vs. ohne AK		ASN mit vs. ohne AK		Anwendung mit vs. ohne AK	
Mann	Prä-Messung	–0,01		0,17		–0,44			
	Post-Messung	0,04		0,26		–0,51		0,13	
	Follow-up 1 <sup>a</sup> (6 M.)	0,32		0,33		–0,52		0,84	
	Follow-up 2 <sup>a</sup> (1 J.)	0,20		0,14		–0,89		0,60	
	Follow-up 3 <sup>a</sup> (2 J.)	0,01		0,10		–0,77		0,55	
Frau	Prä-Messung	0,21		0,19		–0,09			
	Post-Messung	0,32		0,18		–0,11		0,30	
	Follow-up 1 <sup>a</sup> (6 M.)	0,58		0,54		–0,28		0,52	
	Follow-up 2 <sup>a</sup> (1 J.)	0,41		0,57		–0,02		0,75	
	Follow-up 3 <sup>a</sup> (2 J.)	0,23		0,27		0,36		0,59	
<b>c</b> Effektgröße innerhalb Gruppen		PFB		FDCT-N		ASN		Anwendung	
		mit AK	ohne AK	mit AK	ohne AK	mit AK	ohne AK	mit AK	ohne AK
Mann	Prä – Post Messung	0,20	0,20	0,33	0,32	–0,24	–0,27	–	–
	Prä – Follow-up 1 <sup>a</sup> (6 M.)	0,24	–0,05	0,23	0,10	–0,31	–0,27	3,92	3,89
	Prä – Follow-up 2 <sup>a</sup> (1 J.)	0,30	0,11	0,15	0,21	–0,57	–0,08	4,41	4,39
	Prä – Follow-up 3 <sup>a</sup> (2 J.)	–0,21	–0,22	–0,15	–0,01	–0,02	0,38	0,56	0,18
Frau	Prä – Post Messung	0,24	0,18	0,29	0,31	–0,30	–0,31	–	–
	Prä – Follow-up 1 <sup>a</sup> (6 M.)	0,32	–0,05	0,36	0,04	–0,42	–0,28	4,09	4,79
	Prä – Follow-up 2 <sup>a</sup> (1 J.)	0,25	0,08	0,37	0,05	–0,55	–0,76	5,23	5,05
	Prä – Follow-up 3 <sup>a</sup> (2 J.)	–0,15	–0,12	–0,05	–0,15	–0,07	–0,57	0,44	0,15

<sup>a</sup> Freiheitsgrade df (Zähler/Nenner) Kontraste: df: 1/99.

<sup>b</sup> Freiheitsgradkorrektur nach Huynh-Feldt.

<sup>c</sup> Freiheitsgrade df (Zähler/Nenner) Faktor Zeit: PFB Mann df: 3,7/364,5, Frau df: 3,8/378,9; FDCT-N Mann df: 3,7/366,8, Frau df: 4/396; ASN Mann df: 3,7/319,2, Frau df: 3,8/334,3; Anwendung Mann df: 3/297, Frau df: 3/297.

<sup>d</sup> Bei der «Anwendung» sind anstelle der Prä-Messwerte die Post-Messwerte angegeben.

Deskriptive p-Werte: p° < 0,10; \*p < 0,05; \*\*p < 0,01; \*\*\*p < 0,001.

**Tab. 3.** Mittelwerte und Standardabweichung für die einzelnen Gruppen (nur 1. Auffrischkurs AK, nur 2. AK, beide AK).

			PFB		FDCT-N		ASN		Anwendung	
			M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
Mann	Prä-Messung	1. AK	55,18	10,52	3,67	0,29	1,81	0,53	–	–
		2. AK	58,64	14,53	3,97	0,50	1,70	0,32	–	–
		Beide AK	52,00	14,22	3,51	0,60	2,02	0,45	–	–
	Post-Messung	1. AK	59,80	11,74	3,93	0,54	1,62	0,30	16,99	5,43
		2. AK	59,98	12,95	4,01	0,31	1,73	0,25	16,68	5,07
		Beide AK	54,46	12,33	3,72	0,42	1,86	0,48	16,94	4,92
	Follow-up 1 (6 M.)	1. AK	56,11	11,65	3,84	0,33	1,62	0,45	18,61	5,72
		2. AK	61,37	15,18	3,95	0,49	1,73	0,37	17,86	6,59
		Beide AK	57,50	14,06	3,73	0,51	1,78	0,37	20,16	8,03
	Follow-up 2 (1 J.)	1. AK	57,29	6,07	3,82	0,41	1,60	0,43	15,59	3,09
		2. AK	62,79	10,42	3,89	0,25	1,57	0,30	19,00	5,19
		Beide AK	55,85	10,31	3,69	0,53	1,67	0,39	19,06	7,57
	Follow-up 3 (2 J.)	1. AK	52,70	11,34	3,80	0,40	1,72	0,39	17,27	6,03
		2. AK	60,63	11,33	3,96	0,38	1,64	0,31	20,35	4,36
		Beide AK	51,82	11,75	3,69	0,46	1,85	0,40	21,00	5,74
Frau	Prä-Messung	1. AK	52,80	11,60	3,55	0,30	1,88	0,57	–	–
		2. AK	65,93	11,84	4,04	0,55	2,27	0,68	–	–
		Beide AK	56,18	12,24	3,64	0,54	2,38	0,47	–	–
	Post-Messung	1. AK	57,10	6,59	3,82	0,40	1,86	0,55	20,01	3,26
		2. AK	67,29	12,36	4,07	0,34	2,01	0,41	18,89	5,47
		Beide AK	59,53	11,19	3,78	0,43	2,21	0,36	17,48	5,19
	Follow-up 1 (6 M.)	1. AK	56,40	8,93	3,73	0,26	1,91	0,72	19,40	5,54
		2. AK	67,60	13,69	4,07	0,56	2,02	0,49	17,23	5,09
		Beide AK	63,27	12,21	3,99	0,46	1,96	0,37	20,32	8,45
	Follow-up 2 (1 J.)	1. AK	53,30	9,70	3,77	0,49	1,67	0,48	18,29	5,18
		2. AK	69,07	11,07	4,17	0,43	1,92	0,35	20,47	6,21
		Beide AK	61,63	12,73	3,85	0,35	2,09	0,43	19,88	4,56
	Follow-up 3 (2 J.)	1. AK	53,50	12,13	3,70	0,45	1,85	0,52	18,95	5,32
		2. AK	65,21	10,52	4,16	0,46	1,85	0,48	21,62	4,67
		Beide AK	59,23	16,37	3,71	0,51	2,29	0,63	21,87	6,30

Paaren mit dem ersten Auffrischkurs und den anderen Paaren, die zweite trennt zwischen Paaren mit einem und Paaren mit zwei Auffrischkursen (Funktion 1:  $R = 0,53$ ; entspricht 28% der aufgeklärten Varianz der Gruppenzuteilung; Funktion 2:  $R = 0,25$ ; entspricht 6,2% der aufgeklärten Varianz der Gruppenzuteilung; Gruppenzentroiden: Funktion 1: erster Auffrischkurs AK:  $-0,884$ ; zweiter AK:  $0,633$ ; beide AK:  $-0,001$ ; Funktion 2: erster AK:  $-0,184$ ; zweiter AK:  $-0,183$ ; beide AK:  $0,338$ ).

## 2b. Unterschiede im Verlauf innerhalb der Paare mit Auffrischkursen

Die Frauen, die beide Auffrischkurse besuchten, gaben bis zum ersten Follow-up (direkt nach dem ersten Auffrischkurs) einen signifikant größeren Anstieg in der Partnerschaftszufriedenheit und im dyadischen Coping und eine größere Stressreduktion an, als die Frauen die nur einen Auffrischkurs besuchten (Interaktionseffekt Zeit  $\times$  Gruppe Prä – Follow-up 1 PFB:  $F(1/35) = 3,416$ ,  $p > 0,05$ ,  $\eta^2 = 0,09$ ; dyadisches Coping:  $F(1/35) = 3,837$ ,  $p > 0,05$ ,  $\eta^2 = 0,10$ , Stressniveau:  $F(1/35) = 3,141$ ,  $p > 0,05$ ,  $\eta^2 = 0,08$ ). Das heißt, Frau-

en die nach dem ersten auch den zweiten Auffrischkurs besuchten, wiesen bis nach dem ersten Auffrischkurs größere positive Veränderungen in den relevanten Variablen auf. Paare, die beide Auffrischkurse besuchten, gaben zudem weniger Stress an als Paare mit nur einem Auffrischkurs (Haupteffekt:  $F(1/35) = 3,322$ ,  $p > 0,05$ ;  $\eta^2 = 0,09$ ).

Paare, die lediglich den zweiten Termin beanspruchten, gaben höhere Werte in der Partnerschaftszufriedenheit und im dyadischen Coping an, als Paare die bereits den erstmöglichen Termin besuchten. Zudem wiesen die Frauen des zweiten Auffrischkurses eine signifikant stärkere Stressreduktion über die 2 Jahre auf (Haupteffekt Gruppe: Männer PFB:  $F(1, 35) = 2,35$ ,  $p > 0,10$ ,  $\eta^2 = 0,06$ ; dyadisches Coping:  $F(1/35) = 3,110$ ,  $p > 0,05$ ,  $\eta^2 = 0,82$ ; Frauen PFB:  $F(1/35) = 6,611$ ,  $p > 0,01$ ,  $\eta^2 = 0,16$ ; dyadisches Coping:  $F(1/35) = 7,313$ ,  $p > 0,01$ ,  $\eta^2 = 0,17$ ; Interaktionseffekt Zeit  $\times$  Gruppe Prä – Follow-up 3 Stress  $F(1, 35) = 8,303$ ,  $p > 0,01$ ,  $\eta^2 = 0,19$ ) (Tab. 4). Die Paare, die kritischere Werte aufwiesen, besuchten somit früher einen Auffrischkurs als die anderen Paare.



**Tab. 4. a** Multivariate Varianzanalyse und Kontraste (F-Statistik, Effektgröße und p-Wert) mit Within-Faktoren Geschlecht und Zeit und dem Between-Faktor Gruppe (Auffrischungskurse AK: 1., 2. oder beide AK), **b** Effektgrößen (Cohens d) für Unterschiede zwischen Gruppen, **c** Effektgrößen (Cohens d) für Unterschiede innerhalb Gruppen

a Multivariate Varianzanalyse		PFB			FDCT-N			ASN			Anwendung					
		F		η²	F		η²	F		η²	F		η²			
Haupteffekt Zeit <sup>a</sup>		3,833**		0,101		3,104*		0,084		7,703***		0,185		0,597		0,049
	Haupteffekt Gruppe	2,464*		0,127		2,924*		0,147		1,862°		0,099		0,379		0,064
	Haupteffekt Geschlecht	7,987**		0,190		1,350		0,038		17 559***		0,341		0,950		0,080
	Gruppe × Geschlecht	3,908*		0,187		2,306°		0,119		0,745		0,042		0,893		0,140
	Zeit × Geschlecht	0,378		0,011		1,106		0,031		0,323		0,009		2,168°		0,165
Mann	Haupteffekt Zeit <sup>a</sup>	1,24		0,07		1,95°		0,10		0,96		0,05		0,55		0,03
	Haupteffekt Gruppe <sup>a</sup>	2,63*		0,07		2,10*		0,06		5,53***		0,14		3,91**		0,10
	Zeit × Gruppe <sup>b, c</sup>	0,82		0,05		0,69		0,04		1,26		0,07		1,36		0,07
Frau	Haupteffekt Zeit <sup>a</sup>	4,05*		0,19		3,71*		0,18		1,90°		0,10		0,08		0,00
	Haupteffekt Gruppe <sup>a</sup>	3,04**		0,08		2,88*		0,08		4,38***		0,11		1,64°		0,05
	Zeit × Gruppe <sup>b, c</sup>	0,88		0,05		1,25		0,07		1,91*		0,10		1,62°		0,09
b Effektgröße zwischen Gruppen		PFB			FDCT-N			ASN			Anwendung					
		1. vs. 2. AK	1. vs. beide AK	2. vs. beide AK	1. vs. 2. AK	1. vs. beide AK	2. vs. beide AK	1. vs. 2. AK	1. vs. beide AK	2. vs. beide AK	1. vs. 2. AK	1. vs. beide AK	2. vs. beide AK			
Mann	Prä-Messung	0,00	0,25	0,26	0,00	0,32	0,34	0,00	-0,42	-0,42						
	Post-Messung	-0,01	0,44	0,44	-0,17	0,45	0,78	-0,42	-0,58	-0,33	-0,14	0,01	0,16			
	Follow-up 1 (6 M.)	-0,38	-0,11	0,26	-0,26	0,23	0,43	-0,28	-0,40	-0,14	-0,07	-0,22	-0,17			
	Follow-up 2 (1 J.)	-0,62	0,17	0,67	-0,24	0,26	0,49	0,08	-0,16	-0,27	-1,22	-0,57	0,21			
	Follow-up 3 (2 J.)	-0,70	0,08	0,76	-0,42	0,25	0,65	0,24	-0,32	-0,58	-0,28	-0,64	-0,38			
Frau	Prä-Messung	-1,12	-0,28	0,81	-1,04	-0,21	0,72	-0,60	-0,97	-0,19						
	Post-Messung	-0,98	-0,26	0,66	-0,68	0,10	0,76	-0,32	-0,76	-0,50	0,24	0,57	0,27			
	Follow-up 1 (6 M.)	-0,94	-0,63	0,33	-0,74	-0,69	0,15	-0,19	-0,09	0,14	0,41	-0,13	-0,45			
	Follow-up 2 (1 J.)	-1,50	-0,72	0,63	-0,88	-0,18	0,82	-0,60	-0,91	-0,43	-0,38	-0,33	0,11			
	Follow-up 3 (2 J.)	-1,05	-0,39	0,44	-1,03	-0,03	0,94	-0,01	-0,76	-0,79	-0,54	-0,50	-0,05			
c Effektgröße innerhalb Gruppen		PFB			FDCT-N			ASN			Anwendung					
		1. AK	2. AK	beide AK	1. AK	2. AK	beide AK	1. AK	2. AK	beide AK	1. AK	2. AK	beide AK			
Mann	Prä-Post Messung	0,41	0,41	0,18	0,60	1,10	0,40	-0,45	-0,19	-0,35	4,42	3,84	4,87			
	Prä – Foll.-up 1 <sup>a</sup> (6 M.)	0,08	0,47	0,39	0,52	0,68	0,40	-0,40	-0,18	-0,58	4,61	5,18	3,55			
	Prä – Foll.-up 2 <sup>a</sup> (1 J.)	0,25	0,73	0,31	0,40	0,80	0,32	-0,44	-0,56	-0,84	7,13	6,59	3,56			
	Prä – Foll.-up 3 <sup>a</sup> (2 J.)	-0,62	0,05	-0,22	-0,28	-0,12	-0,07	0,30	-0,32	-0,02	0,05	0,17	0,76			
Frau	Prä-Post Messung	0,46	0,11	0,29	0,78	0,07	0,28	-0,03	-0,45	-0,41	8,69	4,88	4,76			
	Prä – Foll.-up 1 <sup>a</sup> (6 M.)	0,35	0,13	0,58	0,63	0,05	0,69	0,04	-0,42	-1,00	4,95	4,79	3,40			
	Prä – Foll.-up 2 <sup>a</sup> (1 J.)	0,05	0,27	0,44	0,55	0,27	0,44	-0,40	-0,64	-0,66	4,99	4,66	6,17			
	Prä – Foll.-up 3 <sup>a</sup> (2 J.)	-0,37	-0,18	-0,02	-0,30	0,23	-0,15	-0,03	-0,36	0,17	-0,24	0,54	0,76			

<sup>a</sup> Freiheitsgrade df (Zähler/Nenner) Kontraste: df: 1/99.

<sup>b</sup> Freiheitsgradkorrektur nach Huynh-Feldt.

<sup>c</sup> Freiheitsgrade df (Zähler/Nenner) Faktor Zeit: PFB Mann df: 4/136, Frau df: 3,6/123,8; FDCT-N Mann df: 3,5/119,3, Frau df: 4/136; ASN Mann df: 4/136, Frau df: 4/136; Anwendung Mann df: 4/136, Frau df: 4/136.

Deskriptive p-Werte: p° < 0,10; \*p < 0,05; \*\*p < 0,01; \*\*\*p < 0,001.

## Diskussion und Schlussfolgerungen

Um Verhaltensänderungen auch nach Abschluss einer Paarintervention aufrechtzuerhalten, können Auffrischkurse eingesetzt werden. Für die Implementierung und für die Beurteilung des praktischen Nutzens eines solchen grundsätzlich wirksamen Angebotes ist es wichtig zu wissen, von welchen Paaren es im klinischen Alltag in Anspruch genommen wird und welche längerfristigen Effekte es hat.

In einem ersten Schritt wurde untersucht, ob mittels Variablen vor und direkt nach der Basisintervention vorausgesagt werden kann, ob die Paare einen Auffrischkurs besuchen oder nicht. Als Prädiktor eignete sich lediglich der Stress des Mannes, der aber nur wenig Varianz aufklärte (6%). Der Effekt war zudem nicht in der erwarteten Richtung: Je weniger Stress der Mann hat, desto eher besucht das Paar die Auffrischungssitzung. Weil sich einerseits keine sonstigen Variablen als zuverlässige Prädiktoren eigneten, also zwischen den Gruppen keine Unterschiede zur Prä- und Postmessung festgestellt werden konnten, und Stress andererseits einen ungünstigen Einfluss auf die Partnerschaft hat [z.B. Bodenmann, 2000b], sprechen diese Ergebnisse vor allem für die Null- und für die Maximierungshypothese. Dies entspricht den erwähnten Befunden bezüglich des Besuchs partnerschaftlicher Präventionsprogramme von Sullivan und Bradbury [1997].

Unterschiede zwischen den beiden Gruppen zeigten sich hingegen im weiteren Untersuchungsverlauf. Paare mit Auffrischungssitzungen konnten die durch den Basiskurs erreichten Verbesserungen länger aufrechterhalten (z.B. Zunahme der Beziehungszufriedenheit und des dyadischen Copings) und gaben an, die erlernten Elemente häufiger anzuwenden. Aber auch bei ihnen nahm die Wirkung der Intervention im Laufe der 2 Jahre ab, so dass sich die beiden Gruppen nach 2 Jahren wiederum nicht mehr unterschieden. Diese Ergebnisse haben für die Ausgestaltung präventiver Paarkurse folgende Implikationen:

Weil sich die Paare offenbar nicht intuitiv nach dem Kompensationsmodell richten [Sullivan und Bradbury, 1997], müssen spezielle Techniken zur Rekrutierung, Sensibilisierung, aber auch zur Motivierung der Risikopaare eingesetzt werden. Ein erster Schritt könnte darin bestehen, Auffrischkurse bereits als einen festen Bestandteil der Intervention anzubieten und den Paaren auch so zu verrechnen. Im Gegensatz zu den erwähnten Interventionsstudien, in denen Auffrischungssitzungen eingesetzt wurden [Braukhaus et al., 2001, 2003; Ryan, 2001], ist dies in der Praxis nicht üblich. Zudem sollte im Basiskurs der «Rückfall» auf wenig funktionale partnerschaftliche Muster thematisiert werden.

Weil die Auffrischkurse zudem mittelfristig zwar den erwünschten Effekt haben, dieser jedoch nicht bestehen bleibt, ist es wichtig, diese Auffrischkurse wiederholt anzubieten. Dies entspricht auch der Schlussfolgerung Whismans [1990]: 'However, in several of these studies, maintenance sessions served only to delay the onset of relapse, not pre-

vent it. That is, generally were effective at promoting maintenance only as long as they were continued' (p. 156). In welchem Abstand und über welchen Zeitraum diese Auffrischkurse für Paare idealerweise angeboten und besucht werden sollten, muss Gegenstand weiterer Untersuchungen sein [vgl. Hennessy et al., 1999].

Als Erkenntnis für die Wirksamkeit von Auffrischkursen könnte man zudem festhalten, dass einjährige oder noch kürzere Messzeitfenster, wie sie bisher oft angewendet werden, möglicherweise nicht ausreichen, um die Langzeiteffekte korrekt abzubilden.

In einem zweiten Schritt wurde untersucht, inwiefern sich die Paare mit Wiederholungskursen in Abhängigkeit des frei gewählten Zeitpunktes und der Anzahl Sitzungen unterschieden. Paare, die erst den zweiten Auffrischkurs (9–12 Monate nach dem Training) in Anspruch nahmen, verfügten über signifikant höhere Partnerschaftsqualität und dyadisches Coping als die anderen Paare. Das heißt, Paare mit niedriger Partnerschaftszufriedenheit und ungünstigem dyadischem Coping besuchten eher den erstmöglichen Auffrischkurs. Dieser Unterschied stützt somit eher das Kompensationsmodell.

Des Weiteren zeigte sich, dass Paare mit beiden Auffrischkursen, im Gegensatz zu den Paaren mit nur dem ersten Kurs, nach dem ersten Auffrischkurs einen weiteren Anstieg in der partnerschaftlichen Zufriedenheit und im dyadischen Coping angaben. Dies bedeutet, dass für einige Paare der Auffrischkurs trotz freiwilligen Besuchs keine zusätzliche Wirkung hatte und sie den nächsten Auffrischkurs nicht mehr besuchten. Unklar ist, warum einige Paare auf die Auffrischkurse nicht ansprachen. Welche Faktoren dabei eine Rolle spielten, sollte in weiteren Studien untersucht werden. Möglicherweise haben einige Paare durch die gecoachten Gespräche erkannt, dass lange eingeschliffene negative Interaktionsmuster nicht so einfach zu verändern sind und daraufhin über die Zukunft ihrer Beziehung nachgedacht. Dies muss nicht unbedingt negativ sein, da unter gewissen Umständen eine Trennung durchaus sinnvoll sein kann. In solchen Fällen hätte die Intervention eher eine klärende als bewältigungsorientierte Funktion.

Für weitere Untersuchungen könnten aus den oben genannten Ergebnissen folgende Hypothesen formuliert werden: Die meisten Paare richten sich, wenn es um die Entscheidung geht, Auffrischkurse zu besuchen, intuitiv eher nach dem Nullmodell. Werden allerdings nur Paare betrachtet, die einen Auffrischkurs besuchten, wird eher das Kompensationsmodell bestätigt, da die Paare mit ungünstigeren Ausprägungen in den relevanten Variablen die Auffrischkurse früher und öfter besuchen.

Die vorliegende Untersuchung unterliegt einigen wichtigen *Einschränkungen*: Erstens untersuchten wir lediglich eine Auswahl der in der Literatur als relevant zitierten Faktoren. Zweitens entspricht das vorliegende Untersuchungsdesign einer Abwandlung der Effectiveness-Methode [Seligman,

1995]. Diese Testung der Wirksamkeit unter natürlichen Bedingungen ist die Stärke unserer Studie. Aufgrund der daraus resultierenden fehlenden Randomisierung kann jedoch nicht überprüft werden, ob Auffrischkurse bei allen Paaren die erwünschte Wirkung erzielt hätten (Wirksamkeit im Sinne der «efficacy»). Allerdings wurde die Wirksamkeit von ähnlichen Auffrischkursen bereits in anderen Studien mit randomisierten Gruppen belegt [z.B. Braukhaus et al., 2003]. Drittens untersuchten wir nur, ob sich Paare intuitiv nach dem Kompensationsmodell richteten und ob Paare mit Auffrischungssitzungen die erreichten Fortschritte besser aufrechterhalten konnten. Die explizite Frage nach der Motivation (warum die Paare Auffrischkurse besuchen oder nicht) sollte Gegenstand weiterer Untersuchungen sein. Viertens ist die Anzahl der Versuchspersonen, insbesondere für die nachfolgenden Post-Hoc-Analysen, eher knapp bemessen. Fünftens ist unser Vorgehen aufgrund des begrenzten empirischen Wissensstan-

des in diesem Gebiet größtenteils explorativ. Die Ergebnisse müssen in weiteren Untersuchungen repliziert und validiert werden.

Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass sich viele Paare gegen die Teilnahme an Auffrischkursen entschieden, obschon diese indiziert gewesen wären. Die Auffrischungssitzungen scheinen die gewünschte Wirkung zu zeigen, allerdings nicht bei allen Paaren. Deshalb müssen einerseits die Bemühungen intensiviert werden, Risikopaare für die Teilnahme zu gewinnen. Andererseits sollte untersucht werden, wann und wie oft solche Auffrischungssitzungen angeboten werden sollten und warum sie bei einigen Paaren wenig erfolgreich sind. Die Ergebnisse unserer Längsschnittdaten zeigen außerdem, dass zukünftige Studien über die Wirksamkeit von Auffrischkursen einen Zeitraum von mehr als einem Jahr einschließen sollten.

## Literatur

- Bodenmann G: Kompetenzen für die Partnerschaft: Freiburger Stresspräventionstraining für Paare. Weinheim, Juventa, 2000a.
- Bodenmann G: Stress und Coping bei Paaren. Bern, Huber, 2000b.
- Bodenmann G: Stress und Partnerschaft. Gemeinsam den Alltag bewältigen. Bern, Huber, 2006.
- Bodenmann G: Dyadisches Coping Inventar (DCI). Testmanual. Bern, Huber und Hogrefe, 2007.
- Bodenmann G, Shantinath SD: The Couples Coping Enhancement Training (CCET): A new approach to prevention of marital distress based upon stress and coping. *Fam Relat* 2004;53:477–484.
- Bodenmann G, Pihet S, Kayser K: The relationship between dyadic coping and marital quality: A 2-year longitudinal study. *J Fam Psychol* 2006a;20:485–493.
- Bodenmann G, Pihet S, Shantinath SD, Cina A, Widmer K: Improving dyadic coping in couples with a stress-oriented approach: A 2-year longitudinal study. *Behav Modif* 2006b;30:571–597.
- Braukhaus C, Hahlweg K, Kroger C, Groth T, Fehm-Wolfsdorf G: «Darf es ein wenig mehr sein?» Zur Wirksamkeit von Auffrischungssitzungen bei der Prävention von Beziehungsstörungen Verhaltenstherapie 2001;11:55–62.
- Braukhaus C, Hahlweg K, Kroeger C, Groth T, Fehm-Wolfsdorf G: The effects of adding booster sessions to a prevention training program for committed couples. *Behav Cog Psychother* 2003;31:325–336.
- Carlson J, Ellis CM: Treatment agreement and relapse prevention strategies in couple and family therapy. *Fam J Couns Ther Couples Fam* 2004;12:352–357.
- Christensen A, Heavey CL: Interventions for couples. *Annu Rev Psychol* 1999;50:165–190.
- Christensen A, Atkins DC, Yi J, Baucom DH, George WH: Couple and individual adjustment for 2 years following a randomized clinical trial comparing traditional versus integrative behavioral couple therapy. *J Consult Clin Psychol* 2006;74:1180–1191.
- Hahlweg K: Fragebogen zur Partnerschaftsdiagnostik. Partnerschaftsfragbogen PFB, Problemliste PL und Fragebogen zur Lebensgeschichte und Partnerschaft FLP. Göttingen, Hogrefe, 1996.
- Hennessy M, Bolan GA, Hoxworth T, Iatesta M, Rhodes F, Zenilman JM: Using growth curves to determine the timing of booster sessions. *Struct Equat Modeling* 1999;6:322–342.
- Karney BR, Bradbury TN: The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychol Bull* 1995;118:3–34.
- Kriz J: Methodologische Aspekte von «Wissenschaftlichkeit» in der Psychotherapieforschung. *Psychother Sozialwiss Z Qual Forsch* 2004;6:6–31.
- Lincoln TM, Rief W, Hahlweg K, Frank M, von Witzleben I, Schroeder B, Fiegenbaum W: Who comes, who stays, who profits? Predicting refusal, dropout, success, and relapse in a short intervention for social phobia. *Psychother Res* 2005;15:210–225.
- O'Farrell TJ, Choquette KA, Cutter HSG: Couples relapse prevention sessions after behavioral marital therapy for male alcoholics: Outcomes during the three years after starting treatment. *J Stud Alcohol Drugs* 1998;59:357–370.
- Ryan KD: A relapse prevention program for distressed couples following a workshop-based marital intervention. *Diss Abstr Int B: Sci Engineer* 2001;62.
- Seligman MEP: The effectiveness of psychotherapy: The Consumer Reports study. *Am Psychol* 1995;50:965–974.
- Shadish WR, Baldwin SA: Meta-analysis of MFT interventions. *J Marital Fam Ther* 2003;29:547–570.
- Shadish WR, Baldwin SA: Effects of behavioral marital therapy: A meta-analysis of randomized controlled trials. *J Consult Clin Psychol* 2005;73:6–14.
- Sullivan KT, Bradbury TN: Are premarital prevention programs reaching couples at risk for marital dysfunction? *J Consult Clin Psychol* 1997;65:24–30.
- Tschuschke V: Die Psychotherapie in Zeiten evidenzbasierter Medizin. Fehlentwicklungen und Korrekturvorschläge. *Psychotherapeutenjournal* 2005;4:106–115.
- Whisman MA: The efficacy of booster maintenance sessions in behavior therapy: Review and methodological critique. *Clin Psychol Rev* 1990;10:155–170.